

Споглядання
Ісламське психологічно-духовне
дослідження

CONTEMPLATION

AN ISLAMIC PSYCHOSPIRITUAL STUDY

MALIK BADRI



With an Introduction by

JEREMY HENZELL-THOMAS

Серія МІД «Книги у скороченому викладенні»

СПОГЛЯДАННЯ
*Ісламське психологічно-духовне
дослідження*

Малік Бадрі

*Книга надрукована за підтримки
Асоціації освітнього розвитку*

*Центр ісламознавчих досліджень
Національного університету
«Острозька академія»*



Міжнародний Інститут Ісламської Думки

Острог – 2020

Споглядання
Ісламське психологічно-духовне дослідження
Малік Бадрі
Серія «Книги у скороченому викладенні»

Contemplation:
An Islamic Psychospiritual Study (Ukrainian)
Malik Badri
Books-in-Brief Series

© Міжнародний Інститут Ісламської Думки, 2020

The International Institute of Islamic Thought (IIIT)
P.O. Box 669
Herndon, VA 20172, USA
www.iiit.org

IIIT London Office
P.O. Box 126
Richmond, Surrey
TW9 2UD, UK
www.iiituk.com

МІІД серія Книги скорочено

МІІД серія Книги скорочено це корисна колекція ключових видань Інституту написаних в стислій формі, оформлені так щоб надати читачу основне розуміння основного змісту оригіналу. Виданий в скороченій формі, легко читається, формат, що заощаджує час, цей текст пропонує більш близький, ретельно написаний огляд більшої публікації, і, можливо, спонукає читачів до подальшого вивчення оригіналу.

У Міркуванні: Психологічно-духовне дослідження Малік Бадрі підходить до міркування з ісламської, сучасної та духовної точки зору та з області психології. Західна психологія розвивалася протягом десятиліть дозволяючи аналізувати стан людини, особливо з увагою на те, як стосуються дитинство на подальше життя людини. Однак, ці знання людської душі це значною мірою продукт його історичного культурного середовища, це світське гуманістичне бачення, яке віддає перевагу тому щоб бачити розум як машину, яку можна «зрозуміти» і навіть можна імітувати алгоритми штучного інтелекту на комп'ютері. Розум це набагато більше ніж "Сума його частин", необов'язково щось містичне, але більш пов'язане з серцем та «душею», чий більший потенціал і робота в організмі людини потребують набагато більшого вивчення.

Обчислювальне автоматичне розуміння інтелекту розглядається як безпечна сфера, в той час коли необчислювальне може бути дещо страшним для тих, хто навчався науковим

методам, відповідно до сфери психології. У західній психологічній традиції очікування завжди було високим, що в даний час буде розгадана загадка людської натури. Поважні зусилля доклали деякі великі науковці для просування розуміння інтелекту, але багато питань залишаються без відповіді. Зважаючи на зростання світових темпів психологічних розладів, таких як депресія, тривожність, страх та самотність, можна назвати лише кілька тенденцій, які передбачають гірші наслідки, очевидно, що для розуміння людської природи необхідно набагато більше досліджень. У випадку тих, хто страждає психологічними розладами, необхідно розробити більш ефективну підтримку та терапію для лікування хворих. У традиційній західній психології автоматичне розуміння розуму нехтувало «духовним» виміром людської природи, але деякі західні психологи починають визнавати, що мусульмани та віруючі завжди вірили в людський «дух» та його значення до життя людини. Це означає початок надзвичайно стимулюючої області навчання, яка могла б принести надію багатьом - не лише тим, хто страждає від психологічних розладів - але і допомогти іншим зрозуміти, що таке людина, як у найкращі часи, так і в найтемніші години.

Малік Бадрі, в цьому вражаючому дослідженні, прагне вирішити занедбаність духовного виміру в західній психології і стверджує, що в ідеї та практиці споглядання (тафаккур) ми маємо потужний інструмент, що пов'язує розум із серцем і «душею». Через міркування, особливо у відображенні Бога, ми можемо зайти глибоко в психіку, щоб принести розраду і зцілення психологічним розладам, якими страждає людство, і які краще вважати «хворобою душі». Бадрі описує багато елементів міркування, включаючи його історичний крах, маскування у східних традиціях і навіть зародження повернення до цих філософських аспектів сучасної психології. Однак саме в ісламській традиції споглядання стає тафаккур. Тобто це перетворюється в набагато більше, шлях до само-

пізнання, який стає пошуком зцілення через внутрішнє бачення Бога як об'єкта нашого пошуку та відданості, ніж зцілення через замовчування негативу та зосередження на концептуальному розумінні нашого місця в ширшому Всесвіті.

Скорочене видання оригіналу Маліка Бадрі

МІРКУВАННЯ: ІСЛАМСЬКЕ ПСИХОЛОГІЧНО-ДУХОВНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ

Глава перша

Міркування: сучасна психологічна перспектива

Ісламське міркування та світська психологія

Ісламське мислення (тафаккур) одна з найбільш піднесених форм шанування Ісламу. Тож обговорювати це з точки зору сучасної західної психології, яка по суті є світською та значною мірою пов'язаною з культурою, спочатку може здатися дивною. Однак, оскільки західні культурні парадигми впливають на більшість форм академічних наук у мусульманському світі, включаючи вивчення психології, важливо розпочати дискусію про міркування з цього погляду.

Тому, з точки зору міркування, західна психологія останнім часом виявляє інтерес до медитаційних процедур та їх здатності викликати змінення стану свідомості. Ісламське міркування може досягти розслаблюючих переваг медитації, але, як ми побачимо згодом, воно відрізняється від усіх інших форм медитативних процедур, що випливають зі східних релігій тим, що його основна мета - більш пізнавальна та інтелектуальна. В ісламському міркуванні змінення станів свідомості не є самоціллю, бо мета глибше - проникливе пізнання Бога як Творця та Опору Всесвіту.

Сфера когнітивної психології, в такій грубій формі зосереджувалася на ранніх школах психології до того, як біхевіоризм почав домінувати. В ті часи, психологія переважно використовувалась для того, щоб вивчати свідомість людей, їх почуття, зміст їх думок та структуру їх розуму, дбаючи про питання навчання лише через ці види. Біхевіористична школа запровадила абсолютно новий підхід, де навчання можна вивчати за допомогою стимулів та спостереження реакцій і вона стала основою психології. Почуття, компоненти розуму та процес мислення вважалися питаннями, які не можна було спостерігати безпосередньо. Отже, методи, що використовуються для їх вивчення (такі як самоаналіз, спостереження та повідомлення про внутрішнє переживання), піддавалися критиці як невиразні та недостовірні та не могли контролюватися експериментальними процедурами.

Відповідно, біхевіористи, які хотіли, щоб психологія стала такою експериментальною наукою, як фізика та хімія, обмежили свою роботу явищами, які можна було спостерігати в лабораторії. Відповіді, які можна було виміряти та контролювати, стали центром їх експериментальних та наукових проблем. Це спроби наслідувати фізичні та біологічні науки шляхом ігнорування духовної та внутрішньої пізнавальної діяльності людини було однозначно встановлено Дж. Б. Ватсоном, батьком-засновником біхевіоризму.

Під впливом цієї обмеженої перспективи та заохоченої внеском в навчання Івана Павлова шляхом обумовлення, біхевіористи продовжували пояснювати кожную

психічну та психологічну діяльність людини через бачення кон'юнктивізму на стимул та реакцію. Основна мета цієї дегуманізації людей полягала у формуванні психології у науковому складі. Ще однією головною метою була секуляризація західних суспільств та їх звільнення від релігії. Хоча інші домінуючі перспективи та школи психології, такі як психоаналіз та біологічна перспектива, мали і досі мають грізні розбіжності з біхевіористами, вони знаходяться в повній гармонії, коли мова йде про секуляризацію та пониження свідомого мислення.

Традиційна нейропсихіатрія, яка ґрунтується на біологічній перспективі «органіциста», також применшує значення свідомої ідеї, свободи вибору та незмінних духовних моральних норм людини. Біологічний детермінізм у своїй перебільшеній формі стверджує, що все, нормальне чи аномальне, що люди роблять, повністю регулюється спадковими генами, їх нервовою системою та вродженою біохімією. Якщо вивчення ісламського міркування з психологічної точки зору обов'язково має справу зі свідомою внутрішньою пізнавальною думкою та почуттями людей, то домінуючі перспективи західної психології (біхевіоризм, фрейдівський психоаналіз та нейропсихіатрія) можуть запропонувати мало або зовсім не допомогти.

Ісламське міркування та когнітивна революція

Психології довелося пережити повну революцію, щоб мати можливість відновити свій «розум» і знову виявити свою внутрішню свідому пізнавальну діяльність. Ця революція - це сучасна когнітивна революція. Науковці почали проявляти більший інтерес до мислення та внутрішніх пізнавальних процесів приблизно з середини ХХ століття, проте психології знадобилося кілька десятиліть, щоб визнати поверховість біхевіоризму, що реагує на стимул, та ненаукову спотвореність природи теорій психоаналізу. Ця нова перспектива в психології особливо важлива тим, що вона показує цінність споглядання як з наукової, так і з релігійної точки зору.

Цікаво зазначити, що, хоча психологія та інші соціальні науки продовжують підтримувати світський редукціоністський погляд на природу людини, вони змінюють образ людини на основі прогресивних розробок технологій. Тут вчені порівнюють мислення людей, внутрішні пізнавальні та емоційні процеси та пам'ять з комп'ютером. Вони описують той факт, що вони отримують різні стимули від свого оточення, потім кодують, класифікують і зберігають їх у своїй пам'яті, щоб отримати їх, коли їм потрібно вирішити нові проблеми. Ця комп'ютеризована модель людини є явно більш реалістичною, ніж біхевіористична модель, оскільки вона намагається відновити сучасній психології її «розум» та «свідомість»; але, очевидно, воно не відповідає справжньому духовному ісламському баченню людства.

Однак справжня революція в психології настане тоді, коли вона відновить свою "душу" і звільниться від обмежених наукових та медичних моделей для спорудження образу людської природи. Але навіть революція когнітивної психології, яка намагалася звільнити дисципліну від її обмеженого підходу, все ще обмежує себе в цьому тріо психологічних, біологічних та соціокультурних компонентів людської поведінки та психічних процесів. Він також ігнорував духовну складову, незважаючи на збільшення сучасних наукових доказів щодо її важливості. Навіть без фактора духовної віри і, незважаючи на прогрес знань, вивчення цих внутрішніх психічних процесів завжди буде надзвичайно складним полем, де стимули та їх реакції, причини та їх наслідки взаємодіють таким чином, що не піддаються будь-якому витонченому методу спостереження чи вимірювання.

Міркування і загадка тіла/розуму

Вивчення внутрішнього психологічного та психічного світу людини змушує нас зіткнутися з одним із найскладніших питань людства: який зв'язок між тілом та розумом? Хоча ми дуже мало знаємо про діяльність людського мозку, матеріалісти стверджують, що людина не володіє «розумом», якщо це слово не використовується для позначення матеріального «мозку» всередині черепа. Вони також стверджують, що те, що ми називаємо «мислячим розумом», - це не що інше, як роздуми і «переклади» хвилинних змін хімії мозку та його електрохімічних нервових імпульсів - їх виправданям є те, що мислення людей, і справді цілі їхні характеристики, змінюються при пошкодженні мозку.

Протилежна група стверджує, що існує «розум», який контролює мозок і, зрештою, поведінку та мислення людини. Головний серед цієї групи - невролог Джон Еклс, який отримав Нобелівську премію за видатні дослідження нервової системи. Цей вчений та дослідники, які підтримують його твердження, стверджують, що їхні дослідження діяльності людського мозку та нервової системи можна повністю пояснити лише існуванням «розуму», «усвідомлення душі», або того, що Еклс називає «самосвідомий розум».¹

Еклс та різні інші вчені часто використовують образ взаємозв'язку між радіостанцією та телевізором, щоб пояснити взаємозв'язок розуму та мозку. За Еклсом, нематеріальний, самосвідомий розум постійно сканує, досліджує і контролює мозок.² Як стверджував Еклз, те, що відбувається після смерті мозку, є остаточним питанням, яке продовжуватиме переслідувати вчених як миряни. На запитання про дух, пророк Мухаммед (Нехай Бог благословляє і надихає) отримав таке одкровення: «Вони запитують вас про дух. Скажіть: «Дух - це наказ мого Господа. Лише небагато знань про це повідомляється вам »(17:85).

Ще одне ускладнення, яке викликає сучасне біологічне дослідження щодо співвідношення тіла та розуму, - це роль людського серця у впливі на мозок та формуванні нервової поведінки. За словами Джозефа Пірса у своїй книзі, що провокує думки, "Кінець еволюції", він говорить: "Дії в серці передують діям як тіла, так і мозку ... Зараз ми знаємо, що серце ... контролює і керує дією мозку за допомогою гормональних, передаючих і мо-

жливо, тонших квантових енергій спілкування».³ За Пірсом, коли ми перебуваємо в глибокому духовному міркуванні, ми черпаємо своє духовне універсальне серце, яке впливає на наше фізичне серце, яке спілкується з нашим мозком і впливає на нашу пізнавальну діяльність.

*Від пізнавальної діяльності до встановлених
нормальних і ненормальних звичок*

Як когнітивні психологи, так і комп'ютерні вчені займаються вивченням здатності людини аналізувати, класифікувати та зберігати інформацію в пам'яті, щоб отримати її за потреби. Деякі їх дослідження прояснили багато аспектів, які біхевіористи вирішили ігнорувати, оскільки вони вважали, що неможливо визначити його зміст, і дали багато теорій та пояснень, які кидають виклик наївній концепції психології реакції на стимул. Одна спроба краще дала зрозуміти, що кожній навмисній дії, яку здійснює індивід, передують внутрішні пізнавальна діяльність. Їх дослідження також довели, що людський розум ніколи не припиняє цю пізнавальну діяльність в будь-який момент дня або ночі, незалежно від того, усвідомлює вона це чи ні.

В додаток до цього відкриття, що кожна дія починається з внутрішньої пізнавальної діяльності - будь то поняття, пам'ять, образ, сприйняття чи емоція - також було виявлено, що коли ця пізнавальна діяльність набирає сили, вона може стати мотивом чи стимулом до дії; і якщо індивід виконує цю вмотивовану дію неодноразово, то ці внутрішні ідеї можуть легко і спонтан-

но зробити так, щоб вони стали корінням звички. Ця звичка не обов'язково є вмінням; це може бути емоція, духовне почуття чи ставлення.

Отже, когнітивна психологія підтверджує, що свідоме мислення та внутрішні діалоги людей впливають на їхні почуття та емоції, формують їхнє ставлення та переконання - коротше кажучи, вони навіть можуть формувати свої цінності та бачення життя. За допомогою міркування мусульмани можуть вдосконалити власні внутрішні психолого-духовні стратегії «винагороди та покарання» у своєму духовному розвитку. Їм не потрібна мирська нагорода чи ураження електричним струмом, щоб змінити свої небажані звички та замінити їх на більш гідні. Присвячуючи свої внутрішні пізнавальні та духовні прагнення до споглядання Божої величності та досконалості на відміну від їхньої в'ялості та негідної поведінки, вони неодмінно розвинути почуття любові до Бога та вишукані почуття задоволення, щастя та спокою.

Глава друга

Споглядання: Твори ранніх мусульманських науковців

Як тільки зрозуміють, що внутрішнє мислення, емоції, сприйняття, уява та ідеї впливають на формування поведінки індивіда - його тенденцій, переконань, свідомої та несвідомої діяльності, добрих і шкідливих звичок - можна зрозуміти, чому Коран і Сунна настільки переймаються медитацією та спогляданням про ство-

рення неба і землі, оскільки вони наповнюють серце і розум величністю Творця і благородством Його атрибутів. Західній психології знадобилося більше семи десятиліть, щоб повернутися до «здорового глузду», щоб визнати вплив мислення та когнітивних процесів на формування людських вірувань, поглядів та зовнішньої поведінки, хоча ці досягнення не були невідомі раннім вченим ісламу.

В своїй книзі Аль-Фавейд (Духовні переваги) Ібн аль-Каїм чітко говорить, що все, що людина робить, починається з внутрішньої думки, прихованої промови або внутрішнього діалогу, для чого він використовує арабське слово, хаватір. Слово хаватір - це множина хатіра, що означає швидке, внутрішнє, приховане відображення, поняття або внутрішня думка, яка може прийти швидко. Сучасні когнітивні психологи можуть порівнювати це з ідеєю «автоматичних думок», яку, як стверджує когнітивний терапевт Аарон Бек, виявив у 1970-х! У своїй класичній книзі «Когнітивна терапія та емоційні розлади» він присвячує шість сторінок розділу «Розкриття автоматичних думок», щоб описати, як він дійшов до цього «відкриття» ⁴.

Ібн аль-Каїм радить мусульманам вести щасливе і праведне життя, боротися з негативним впливом і бути мудрими (настирливий шепіт) внутрішніх швидкоплинних думок, перш ніж вони стануть емоцією чи імпульсом. Крім того, Ібн аль-Каїм дає хороший опис внутрішньої пізнавальної діяльності та попереджає своїх читачів, що Бог не дав людству здатності повністю викорінювати швидкоплинні думки та роздуми, бо

вони такі ж непереборні, як дихання. Далі він зазначає, що дії та вчинки можуть бути озвученими лише тоді, коли їх внутрішні та споглядальні уявлення походять від теплих духовних стосунків з Богом. Значна частина літератури ранніх мусульманських учених ґрунтується на знаннях, отриманих з Корану і Сунни, які формуються в корисні психологічні принципи.

Абу Хамід аль-Газалі багато сприяв теоретичним аспектам споглядальної терапії, але він також звертався до їх практичних аспектів, наводячи кілька реалістичних прикладів. У Іхйя Улум аль-Дін він говорить, що мусульманин, який хоче дотримуватися гарної поведінки, спочатку повинен змінити свої уявлення про себе і уявити себе в бажаному стані. За словами аль-Газалі, оскільки походження кожної дії є пізнавальною, емоційною чи інтелектуальною розумовою діяльністю, ті, хто приділяється тривалим періодам споглядання, будуть виконувати свої поклоніння та покірність досить легко. Отже, ті віруючі, які поглинуті глибоким ісламським спогляданням, сприймають речі, про які вони замислюються, з огляду на їх попередній досвід, а також через символи та вирази, які вони набули завдяки використанню мови, та їх уяві про те, якими вони були раніше та якими вони можуть стати в майбутньому.

Ісламське міркування проходить через три взаємопов'язані стадії, що ведуть до четвертої та заключної стадії, яку я називаю стадією «духовного пізнання» (шухуд). Перший етап - це пізнання предмета, що розглядається, через безпосереднє чуттєве сприйняття - через зір, слух, дотик, запах та смак - або опосередко-

вано, як у випадку з уявою. Другий етап споглядання починається, коли людина уважніше розглядає ці дані, оглядаючи їх естетичні аспекти та особливі якості. Третій етап - це коли медитатор перетинає межу між створеним об'єктом споглядання та його Творцем. Потім він або вона захоплюються почуттями підпорядкування та вдячності Того, Хто вивів оцінений предмет споглядання, як і все інше у цьому Всесвіті, через розуміння медитатора, що немає нічого, крім Бога і з чого він виник. З точки зору навчання та формування звичок можна сказати, що віруючі, які регулярно замислюються, досягнуть четвертої стадії, тому що медитація, посилена постійним спомином, стає глибоко укоріненою духовною звичкою.

Однак споглядання людей не повинно обмежуватися спогляданням прекрасних або вишукано побудованих предметів у цьому Всесвіті, що містить і прекрасне, і потворне, і велике, і незначне, і добро, і зло. Сприйняття також може включати хворобливі, страхітливі або тривожні переживання, навіть якщо вдячність буде емоційно протилежною. Споглядання може концентруватися на уроках, отриманих з неприємних переживань, і навчити споглядача, як їх уникати. Насправді, засвідчення страхітливих сцен або переживань особистих труднощів призводять до того, щоб замислитись та засвоїти уроки, ймовірно, більш ефективно, ніж тоді, коли на це спонукають виразну оцінку, наприклад, краси, розміру та акуратності будівлі.

Глава третя

Ісламське споглядання та сучасні процедури посередництва

Практика трансцендентальної медитації та подібних процедур стали надзвичайно популярними в Європі та Америці в останні роки - явище, безпрецедентне в історії цих народів. Це сталося після того, як було встановлено, що цей вид медитації, що має давні східні та індійські корені, мав дуже позитивні наслідки при лікуванні захворювань, пов'язаних з емоційними, когнітивними та фізичними розладами. Існує кілька перевірених переваг медитації і, дійсно, вони пов'язані зі спогляданням як ісламською формою поклоніння.

Сучасні медичні дослідження також показали, що ісламські приписи, правила та бажана поведінка мають своє безперечне значення для захисту фізичного та психологічного здоров'я віруючих. Наприклад, тілесна чистота, яку віруючі набувають у результаті обмивання (вуду ') перед п'ятьма щоденними молитвами, обрядовим купанням (гусл) перед молитвами по п'ятницях і після подружнього акту, та іншими суннами, мають свої очевидні санітарні аспекти . Дійсно, сотні книг та наукових робіт, опублікованих наприкінці ХХ століття, підкреслюють значення медитації у поєднанні з фактором віри у лікуванні психологічних, психофізіологічних та органічних розладів.

Про це дуже цікаве та відкрите дослідження у зв'язку з цим повідомляє С. Вольф і показує, як віра пацієнта

може навіть перевернути дію наркотиків.⁵ Сучасні дослідження переконливо показали, що хронічний психологічний стрес, який є запорукою тривоги, депресії, важкого ступеня самотності та втрати впевненості в собі серйозно впливають на імунітет людини проти всіх захворювань. Дослідження призвели до появи нової дисципліни - психоневроімунології, яка вперше поєднує дві різні галузі спеціалізації, а саме: сферу соціальних наук та психології, та хімію імунології людини.⁶ Прості медитативні інструкції були відомі і дотримувалися індуїстами і буддистами тисячі років тому.

Багато експериментальних досліджень, проведених у клініках та медичних лабораторіях, використовуючи новітні методи вимірювання психофізіологічних змін, довели, що концентраційна медитація, така як трансцендентальна медитація, справді є медичною революцією, в якій пацієнти використовують свої розумові, когнітивні та духовні сили для лікування своїх недугів та збагачення їхнього психологічного життя.

Вказівки терапевтів у книгах та навчальних аудіо та відео про медитацію та релаксацію у поєднанні з використанням фактора віри, який став популярним у Європі та Америці, схожі з тими, якими користується мусульманський шанувальник, сідаючи після виконання ритуальної молитви (сала), поглиняючи спогляданням Божої благодаті, Його величі та точності Його творіння, невпинно повторюючи слова похвали та прославлення Всемогутнього. Споглядаючий, практикуючий мусульманин може досягти високого рівня медитації з мінімальним часом та енергією. Просто

прослуховування віршованих слів гарного голосу Корану, оспіваного прекрасним голосом, за декілька хвилин може спричинити всі прекрасні медитативні відповіді. Після серії складних експериментів, проведених в клініці Акбар у штаті Флорида в США, доктор Ахмед Елкаді дійшов висновку, що коли мусульмани слухають декламацію коранських віршів, чи є вони арабською мовою, чи ні, вони зазнають, що всі фізіологічні зміни вказують на звільнення від стресу і тривоги, а також теплих почуттів спокою та підвищення імунітету проти хвороб та інших змін, описаних раніше щодо трансцендентальної медитації.⁷

Подібність між спогляданням, як ісламською формою поклоніння, та іншими формами східної та західної медитації насправді є лише поверховою, оскільки основою ісламського споглядання є віра в Єдність Бога. Ісламське споглядання засноване на прогресуванні від роздуму над творінням до Творця. Це плавний раціональний рух. Споглядання - це духовна практика, в якій всі когнітивні та духовні здібності активізуються в пошуках справжнього пізнання Всемогутнього. Це не ірраціональне чи емоційне прагнення вилікувати розлад, ані болісна вправа, при якій організм катується. Віруючі знають, що кожен атом у цьому Всесвіті прославляє і хвалить Всевишнього. Коран заявляє: "... немає нічого, але святкує Його хвалу; але ви [люди] не розумієте, як вони проголошують Його славу! " (17:44). Хоча споглядаючи, віруючі не можуть розшифрувати прославлення Бога всесвітом, вони відчують гармонію між своїм прославленням і духом усіх інших істот.

Це почуття стає глибшим із продовженням споглядання до тих пір, поки воно не досягне духовної піднесеності та почуття радості та духовного задоволення, яке незрівнянне з будь-яким мирським блаженством.

Глава четверта

Коран і споглядання творіння Бога

Споглядання творіння Бога є однією з найбільших форм поклоніння в ісламі. Таким чином, багато коранських віршів заохочують цю діяльність різними методами, щоб звернутись до кожного темпераменту та духовного стану. Мета полягає в тому, щоб заохотити людей засвідчувати знаки свого Господа у Всесвіті проникливістю та різними вражаючими методами.

Однак справжнє ісламське споглядання може впливати лише з серця, яке вірить у Бога і розуму, який підпорядковується Йому та Його піднесеним атрибутам. Це непохитна віра в єдність (таухід), яка має засвідчити, що Всемогутній є єдиним Богом, який створив, керує і підтримує Всесвіт. Важливо встановити сильну непорушну віру в Бога, перш ніж вирушати на духовну дорогу ісламського споглядання, оскільки це буде провідним світлом для віруючого, а також міцним корінням, що заважає йому заблудитися.

Коран намагається пом'якшити людські серця різними способами. Одне з них - згадування благодаті та прихильності Бога. Споглядання цього може породжувати почуття милосердя та любові. Нагадування про споглядання милосердя та любові Бога до людства

та всіх інших істот, які населяють цю земну кулю, не-
гайно зворушує серця тих, хто чуйний, вдячний і муд-
рий. Більшість з цих віршів починається з питання
"Хіба вони не бачили?" або "Вони не бачать?" Напри-
клад: "Чи не дивляться вони на верблюдів, як вони ро-
блять? А в небі, як воно високо підняте? А в горах, як
вони твердо закріплені? А на Землі, як вона розкину-
лася?" (88: 17–20).

І навпаки, деякі вірші пропонують заохочення та пох-
валу психічно настороженим, які не бачать у світі нічо-
го, що не вчить їх уроку і нагадує їм про незліченну
прихильність Бога. Коран також закликає людей спо-
глядати Божественні знаки у Всесвіті, пробуджуючи в
них природжене естетичне почуття, наприклад 35: 27-
28, яке має на меті надихнути справжні почуття та
емоції людей, щоб вони могли спостерігати красу
всього на землі - будь то різні кольори та відтінки, рос-
лини, тварини чи навіть неживі предмети. Або, вияви-
вши свою прихильність людству у створенні худоби
для їх утримання та використання, Бог нагадує своїм
рабам споглядати їхню красу, як, наприклад: "Той Хто
створив усе, Хто створив найбільше добро: Він почав
творення людини з (не більше ніж) глини »(32: 7).

Однак, найбільш важливим аспектом щодо рівня спо-
глядання є те, що Сам Бог клянеться якимсь своїм тво-
рінням. Це найбільший заклик розмірковувати над
цим творінням, досліджувати його глибини та глибоко
замислюватися над його змістом. Всемогучий клянеть-
ся світанком, полум'ям, сутінками, місяцем, інжиром
та оливками; Він клянеться вітром, зірками, небом, пе-
рervoю дня і низхідною ніччю.

Більше того, хоча є багато коранських віршів, які заохочують медитацію на небі та на землі взагалі, і де людина вважається найважливішим творінням, є також багато віршів, які спеціально стосуються роздумів про створення людства. Щодо жорстоких сердець та зарозумілих, Коран звертається до них із подібними докоряючими питаннями: "Хіба людина не бачить, що це ми, хто створив його із сперми?" Але ось! він (виступає) як відкритий противник! " (36:77). Щодо збудження естетичного аспекту людської природи, Всевишній говорить: «Ми дійсно створили людину в кращих формах» (95: 4). Всевишній також складає клятви: «Тоді, Господь неба і землі, це сама Істина, така ж правдива, як і те, що ви можете говорити» (51:23).

Простіші психологічні явища, наслідки яких можна зафіксувати в лабораторії - такі як навчання, пам'ять, емоції та мотивація - все ще не повністю зрозуміли психологію. Крім того, відчутні біологічні та матеріальні аспекти людства можна зрозуміти лише на поверхневому рівні. Божественний заклик, який ставить під сумнів, як люди можуть бути сліпими за чудотворне створення власного «Я», - а ти не бачиш себе? (51:21) - завжди залишатиметься таким же новим та складним, як і коли було вперше розкрито.

Глава п'ята

Споглядання як необмежена форма поклоніння

Споглядання створення неба і землі та всього, що в них входить, - це практика, яку не можна перешкоджати змінами часу, місця чи природою речей. Це вільна, нестримна форма поклоніння. Це також пізнавальний та емоційний процес, що оживляє серце та просвічує сприйняття, коли розум піднімається від споглядання знаків Бога у Всесвіті до Творця та Господа. Такий справжній сенс споглядання.

Коран заохочує практику споглядання початку творення: "Говориться:" Подорожуйте по землі і подивіться, як Бог зародив творіння; так Бог створить більш пізні творіння: бо Бог має владу над усім »(29:20). Окрім заохочення віруючих до спостереження над сьогоденням, Коран пропонує їм споглядати долі вимерлих народів: «Хіба вони не мандрують по землі і не бачать, що було кінцем перед ними? Вони були сильніші за них ... »(30: 9). Наказуючи віруючим споглядати цей світ, Коран також закликає роздумувати над цим світом: "... Таким чином Бог дає зрозуміти вам Свої знаки, щоб ви могли врахувати (їхні стосунки) щодо цього та подальшого життя" (2: 219–220).

Коран зацікавлений свободою споглядання і закликає до медитації над природними творіннями Бога, в яких людська рука не грає ніякої ролі, наприклад, небо, гори і моря. Коран також звертає увагу віруючих на ще-

дрості, якими користуються люди. Жодне відкриття чи винахід людини ніколи не може відбутися поза природними законами, встановленими Богом. Наприклад, «Ваш Господь - Той, Хто змушує Корабель плавно йти до вас морем, щоб ви могли шукати його щедрості. Бо Він до вас наймилостивіший»(17:66). Більше того, Бог говорить в Корані, що це Той, Хто створив людських істот і все, що зробили людський розум і руки: «Бог створив вас і всю вашу ручну справу» (37:96). Споглядання Всесвіту - це необмежена духовна діяльність. Однак у цьому світі також є небачені істоти та явища, які провокують цікавість мусульман і формують істотні аспекти їх віри.

Глава шоста

Споглядання невидимого та його межі

Хоча ісламське споглядання - це вільна форма поклоніння, оскільки немає обмежень у тому, що людина може пережити чи уявити - будь вона видима, як сонце, річки та планети, чи невидима, як ангели та джини - є, тим не менш, одне обмеження, а саме споглядання самого Божественного Буття. Це не тільки заборонено, але й неможливо, оскільки ніхто, крім самого Бога, не знає, що він є насправді. Всемогутній говорить про Себе в Корані: «(Він) Творець неба і землі ... Нічого подібного до Нього немає, і Він Той, Хто слухає і бачить (усе)» (42:11).

Бог вільний від меж часу та простору, які обмежують людство. Дійсно, люди не можуть візуалізувати подію

без посилання на певний час та місце, а також не можуть візуалізувати що-небудь без посилання на попередній власний досвід. Люди ще дуже мало знають про мозок і нервову систему, які характеризують їх як людей. Знання про їх розум, душі та психіку - це приховані таємниці та захищені скарби. Науковці також стверджують, що б не уявляв про Божественну істоту, Він абсолютно інший від цього. Ібн Аббас сказав: "Деякі люди намагалися споглядати Всемогутнього, але Пророк сказав їм:" Поміркуйте над творінням Бога, а не самого Бога, бо ти ніколи не можеш знати, що належить саме йому"⁸. Атрибути Бога мають таку ж природу, що і Його Буття. Оскільки реальність Божественного Буття може бути пізнана і зрозуміла лише Йому, так можуть бути і Його Божественні Атрибути.

Наш світ - це як велика утроба, де тіло відіграє ту саму роль, що і плацента в утробі. Коли настає година смерті, душа переходить у вищий вимір життя в бар'єрі, який настільки більший і складніший за цей світ, що йому вже не потрібно тіло (так само, як новонародженому вже не потрібна його плацента), і тіло закопується. Таким чином, люди продовжують переходити від однієї стадії до вищої, як ракета, частина якої наприкінці кожної стадії та споживання її палива відокремлюється від основного корпусу, щоб швидше йти з легкою вагою і більшою енергією. Так само блаженство раю та всіх його плодів, потоків джерел та красот має свою схожість у нашому теперішньому світі, хоча, звичайно, вони є лише дрібницями порівняно з тим, що пропонується в раю.

Багато ранніх та сучасних вчених та шанувників записали свій досвід медитації щодо природи смерті, бар'єру та подальшого життя. Мусульманин може споглядати ці задоволення з подальшого життя, незважаючи на те, що їх реальність виходить за межі людського розуміння, оскільки це творіння, а не Творець. У цьому Всесвіті немає нічого, крім Бога Творця та Його творіння. Таким чином, віруючим заборонено споглядати Божественну істоту, але вони вільні споглядати все інше.

Глава сьома

Індивідуальні рівні споглядання

Існують різні рівні споглядання людей. Перший фактор, що впливає на глибину споглядання та медитації, залежить від рівня віри людини та його близькості до Бога. Чим більша віра, любов і шанування Бога, тим глибше споглядання і медитація над творінням.

Другий фактор пов'язаний з особистістю віруючих та їх вродженою здатністю. Ця якість здебільшого залежить від характеру нервової системи. Інтроверти віддають перевагу заходам, які не вимагають, щоб вони змішувалися з людьми та брали участь у захоплюючих заходах, таких як читання в самоті, робота в саду чи в бібліотеці. Вони насолоджуються своєю рутинною роботою, не нудьгуючи. Якщо вони також є медитативними віруючими, вони можуть зайнятися глибоким спогляданням про творення довше і глибше, ніж інші люди.

У екстравертів нервова система, ретикулярна структура якої пригнічує або послаблює нервові сигнали та подразники, які йдуть до верхніх центрів мозку. Отже, і всупереч попередньому типу, таким людям потрібні інтенсивні та захоплюючі переживання у своєму оточенні. Однак це не означає автоматично, що екстраверти мають нижчу позицію. Дійсно, в силу їх нервової та психологічної системи вони можуть перевершити інтровертів у ісламських починаннях, які вимагають змішання з людьми, друзів або спілкування на публіці.

Третім фактором, що впливає на глибину споглядання, є психологічний. Дійсно, споглядання вимагає душевного миру та спокою, а також як психологічного, так і фізичного здоров'я. Фізичне здоров'я без сумніву є важливим для посилення глибини споглядання. Дійсно, очевидно, що хвора людина, яка страждає ожирінням, або людина, яка страждає від наркоманії, не може підняти свій духовний статус до високого рівня споглядання. Не можна очікувати, що віруюча людина страждає від тривоги, депресії, одержимості чи будь-якого іншого психологічного розладу з високим ступенем зосередженості. Четвертий фактор - це вплив навколишнього середовища на віруючих стосовно того, як вони справляються з потребами та проблемами повсякденного життя, і наскільки ці потреби можуть перешкоджати або посилювати їх здатність до споглядання.

П'ятий фактор – це вплив культури. Виховання дітей в деяких культурах, незалежно від того, чи є вони ісламськими чи ні, прищеплює людям з раннього дитинства

любов і цінування природної та штучної художньої краси. Потім дорослі, які вирости в таких культурах, витрачають значну частину свого часу та грошей, насолоджуючись та роздумуючи над такими речами, як мальовничий пейзаж або купують гарну картину. З іншого боку, існують культури, які виховують своїх людей дуже мало приваблюватися поза фізичною красою жінки і, можливо, цінувати поезію та місцеву музику. Сумно, що багато наших мусульманських товариств входять до другої категорії. Шостий фактор залежить від того, наскільки люди знайомі і мають знання про об'єкти свого споглядання. Вони легше будуть вибирати та оцінювати предмети медитації, які знаходяться у їхньому звичному оточенні.

Сьомий фактор включає приклади людей, якими ми оточуємо себе. Як сказав Пророк, «Людина схожа на свого супутника, тому будьте обережні, з ким ви дружите».⁹ Крім того, духовний вплив товариства мудреця може кардинально змінити світогляд його учня та підвищити його ісламські медитативні здібності. Восьмий фактор, впливає на глибину споглядання, - це природа об'єкта споглядання та медитації. Деякі природні явища негайно стимулюють думку і сильні почуття, докоряючи психологічні та духовні аспекти людських істот і нав'язуючи їх серце і розум.

Нарешті, хоча пізнання та розуміння об'єктів споглядання може сприяти глибшому спогляданню, не потрібно дивуватися, що протилежне також справедливо, а саме те, що крайнє знайомство з об'єктом може стати перешкодою для його споглядання. Чим більше

наше знайомство з оточенням, тим сильніше завіса над нашим баченням та усвідомленням, і ми не можемо спостерігати чи пам'ятати дуже важливі речі. Безперечно, важливість будь-якого з цих факторів залежить від обставин самих споглядачів. Однак якщо люди будуть щирими і високовмотивованими, вони, безумовно, будуть керовані, щоб подолати всі перешкоди для поклоніння Всевишньому та споглядання Його творіння.

Глава восьма

Експериментальна наука та релігія: космічні закони

Коли хтось враховує високу позицію, яку надає іслам спогляданню Божого творіння, то усвідомлює жахливе становище тих, чий серця, вуха, очі та розум закриті для різних Божих знаків, навіть якщо вони відображаються перед ними, і в день і вночі по всьому Всесвіту: «А скільки знаків на небі та на землі вони проходять повз? Але вони від них відвертаються!» (12: 105). Але ці знання не виводять їх за межі поверхневих зовнішніх аспектів і не транспортують їх від чудес творіння до Творця. Коран описує їх так: «Вони знають про зовнішні [поверхневі] речі цього світу; але відтепер вони не-уважні »(30: 7).

Що найбільше зворушує серце віруючих - це таємниці, які вони дізнаються про Божественні закони, які керують творінням Бога, будь то відкриття хімічної мови крихітного мурашки або відкриття орбіти величезної планети. Ця вроджена природа, яку Бог вселив у серця

всіх людських істот, є, мабуть, причиною того, що деякі сучасні вчені говорять мовою, подібною до мови віруючих. Наприклад, Сесіль Хаман запитує гніздо балтиморської птиці, хто навчав її цього прекрасного мистецтва. Щоб виявити взаємозв'язок між спогляданням і проникливим спостереженням, Ібн аль-Каїм у своїй дискусії про мурах розповідає про цікавий анекдот, який повідомляє шанувальник, глибоко зацікавлений у спостереженні за мурашками та їхній діяльності. Він здійснив науковий експеримент, який привів його до висновку, що мурахи мають особливу мову спілкування, і що вони накладають суворе покарання тому, хто передає неправильну інформацію і тим самим вводить в оману спільноту мурашок. Вчені, такі як він, не зупинялися на спостереженні видимих істот, але продовжували роздумувати над абстрактними поняттями, включаючи сам процес споглядання. Наприклад, Аль-Газалі розмірковував над мудрістю Всевишнього в обмеженні здібностей розуму у новонароджених дітей.¹⁰

Пошуки космічних законів поділяють і шанувальників, які споглядають, і сучасних вчених, незважаючи на різницю в об'єктивному та релігійному переконанні. Дійсно, закони та принципи, що керують Всесвітом, шукають сучасні дослідники-експериментатори, щоб допомогти їм передбачити космічні події з великою точністю. Однак, коли мусульманські дослідники посправжньому щирі у своїй роботі, їхні стимули до досліджень та подальша винагорода будуть набагато більш значущими, ніж у їхніх немусульманських колег.

Дійсно, коли вони виявляють заплутані відносини всередині матеріальних, біологічних та психосоціальних явищ і спостерігають за роботою Бога та Його законами в них, вони фактично виконують найвищу форму поклоніння. До них відносяться слова Корану: «Ті, хто справді боїться Бога, серед Його слуг, які мають знання» (35:28). Якщо такі студенти щиро направлять свої дослідження на службу Божу, всі їх зусилля у спостереженнях, медитації та спогляданні (виконуються в лабораторії чи на місцях) будуть дуже винагороджені.

На жаль, мусульманські студенти, схоже, не розуміють цього священного послання, а також не усвідомлюють, що без наполегливості вони не зможуть досягти багато чого. Якби мусульманські дослідники розглядали своє завдання спостереження та споглядання як форму поклоніння, за яку вони можуть забезпечити задоволення Бога, тоді вони будуть більш вмотивованими. Якщо віруюча людина відкриє або вигадася щось корисне для людства, це буде вважатися Богом як постійне милосердя; він або вона буде винагороджена за це і в цьому житті, і на наступному житті - оскільки його робота буде надавати користь усім, хто цим користується. Будь-яке дослідження, проведене мусульманином, також є дотриманням директиви Пророка: "Пошук знань - обов'язок кожного мусульманина" ¹¹.

Позитивний зв'язок між вишуканим постійним спогляданням (як передовою формою поклоніння) та прогресом наукових знань підтверджується історією прогресу експериментальних наук у мусульманському

світі. Справді, не викликає сумнівів, що відкриття та винаходи, зроблені мусульманськими вченими у всіх галузях, навчили Європу науковому методу, який є основою сучасної цивілізації. Є численні приклади розвитку експериментальної науки в мусульманському світі, в епоху, коли споглядання творіння Бога і закони, за якими Він підтримує Всесвіт, лягли в основу цього наукового ренесансу. Це була зріла, врівноважена цивілізація, в якій фізичне і духовне взаємодіяли гармонійно і однорідно, спираючись на усвідомлення вродженої подвійної природи людини як раціональної тварини і духовної істоти.

Відчуження ісламу та духовних коренів його цивілізації є найбільш невдалим, оскільки це призвело до трагічного розриву між фізичним та духовним, між наукою та релігією. Ніколи не було такої врівноваженої цивілізації, як та, яка процвітала під керівництвом ісламу, коли людські знання та релігія представляли себе небувалою гармонією під егідою підпорядкування Єдиному Всемогутньому Богові. Ми можемо побачити контраст між здоровим поєднанням науки та релігійної віри серед ранніх мусульманських науковців та нинішньою ситуацією в сучасному світському світі та значній частині міжнародного наукового співтовариства. На жаль, багато «секуляризованих» мусульманських вчених також вирішили наслідувати та прийняти західну модель. Проте, як не дивно, у той час, коли мусульмани ухиляються від сміливої інтеграції своїх людських, соціальних та наукових дисциплін з ісламськими духовними, етичними нормами, сучасний світсь-

кий світ починає визнавати соціальну деградацію, спричинену розколом між наукою, релігією та секуляризацією.

Останні відкриття в західній науці, які спочатку прийшли до пониження та заміни релігії, в свою чергу викликають нову наукову революцію та повернення на цю попередню позицію. Як не дивно, цей процес очолює фізика, «королева» точних наук. На жаль, дуже мало вчених, глибоко проникли у зовнішні шари своєї спеціалізації, щоб дійти до її самої суті, починають сумніватися у попередньому зарозумілому становищі підкореності. Хоча більшість [західних] вчених називають себе атеїстами, відомий вчений одного разу сказав: "Маленька наука відволікає людей від Бога, але велика наука повертає їх назад до Нього"¹².

Відповідна реформа, яка принесе щастя людству, не може бути досягнута повною мірою, якщо науковий прогрес не будуватиметься на балансі між людськими зусиллями та божественними настановами. Дійсно, це єдиний спосіб, коли вчені повернуться і знову відкриють любов, прихильність і єдність з усіма творіннями Бога. У цьому відношенні Коран заявляє: "І Він [Всемогутній] піддав тобі все, що є на небі та на землі. Ось у цьому справді знаки для тих, хто розмірковує"(45:13).

Глава дев'ята

Висновок

Я намагався окреслити значення тафаккуру або медитативного споглядання творіння Бога як релігійного обов'язку для всіх мусульман і показав, що Коран і хадитс пророка Мухаммеда рясніють вченнями, які закликають мусульман регулярно поклонятися Богові, розмірковуючи про Його створення. Ці вчення використовують усілякі методи, наприклад, похвала шановників, які займаються цією благословенною діяльністю, та засудження невіруючих, які не замислюються над власним творінням чи створенням світу, в якому вони живуть. Якщо мусульмани захочуть піднятися духовним шляхом відданих шановників у їхній трансцендентний шлях до етапу духовного просвітлення та проникливого пізнання (шухуд), вони не знайдуть жодної заміни глибокому медитативному спогляданню. Дійсно, коли вони поступово вдосконалюють свою споглядальну обдарованість від простого сприйняття почуття до фактичного проникливого пізнання, вони дістаються благодатної стадії, в якій їхнє серце та розум переповнюються любов'ю та прославленням Всевишнього, і побачать як своїм фізичним зором, так і духовним розумінням того, що все у цьому всесвіті повністю підпорядковується Богові, підпорядковується Його волі та Його милості та співчуттям. Як засвідчили багато вчених-мусульман і мудреців, шановники, які досягли цього рівня, є найщасливішими людьми.

Західна психологія, взагалі, і психотерапія, зокрема, протягом багатьох років обманюються світськими теоріями та практиками, які нарешті були дискредитовані як невідповідні, марні або часом відверто шкідливі. Однак, з появою сучасної когнітивної революції, західні психотерапевти нарешті починають визнавати великий вплив свідомості та розуму на своїх пацієнтів, що врешті-решт призведе до їх поваги до релігійних та духовних переконань. Таким чином, після багатьох років безцільного блукання по пустелі бездушних теорій, психотерапія нарешті повертається до здорового глузду, когнітивного зцілення, яке завжди використовувалося для допомоги емоційно порушеним. Ці когнітивні терапевтичні методи були ретельно вивчені та описані нашими давніми мусульманськими лікарями та цілителями.

Багато молодих студентів-науковців вважають, що бажаючи винайти нові технології або відкрити нові явища вчені повинні суворо виконувати кроки емпіричних, індуктивних та дедуктивних методів. Однак ці чітко визначені кроки для виявлення проблеми, формулювання гіпотези, експериментування та збирання даних та тестування гіпотези, яку ретельно вивчають усі студенти-науковці, є просто обширними рекомендаціями. Насправді, глибоке мислення та споглядання, які включають і інтуїцію, в більш загальному сенсі, ніж зізнаються науковці.

Як мусульманські професіонали, ми повинні бути обережними у дотриманні такої світської тенденції. Навіть якщо психологічна подія чи теорія неодноразово

підтверджувалася емпіричними доказами, нам потрібно нагадати про Того, Хто створив цю психологічну реальність, і шукати божественну мудрість за таким принципом. Приймаючи будь-яку теорію чи практику навчання, ми завжди повинні пов'язувати це з принципами та способами, які Бог вирішив дарувати нам знаннями і бути вдячними Йому, оскільки жодна людина не здобуде жодної форми знання без Його дозволу, як він заявляє в Корані.

Автор

МАЛІК БАДРІ - відомий професор психології університету Ахфад, Судан, який зараз відряджений до Стамбульського університету Заїма, Туреччина. Він є власником кафедри Ібн Халдуна в Кулліях ісламських розкритих знань та наук про людину, Міжнародного ісламського університету, Малайзія. Кваліфікований терапевт, він займав посаду професора, завідувача кафедри, декана факультету та виконуючого обов'язки віце-канцлера в різних міжнародних університетах. Він колишній експерт ЮНЕСКО з психології Інституту педагогіки, Ефіопія (1973–74); та експерт ВООЗ в Комітеті з традиційних медичних практик (1980–84). Автор книг та численних статей, він отримав багато нагород, у тому числі премію Зубайра за академічну майстерність у 2003 році, найвищу академічну нагороду в Судані.

Замітки:

1. Дж. Еклс, *Еволюція мозку: Створення особистості* (Лондон: Routledge Publishers, 1991).
2. Так само.
3. Дж. Ч. Пірс, *Кінець еволюції* (Сан Франциско: HarperCollins Publishers, 1992), стор.103–104.
4. А. Т. Бек, *Когнітивна терапія та емоційні розлади* (Нью-Йорк: Нью-Американська бібліотека, 1976), с.29–35.
5. С. Вольф, *“Вплив пропозицій та умов дії хімічних речовин на людину: фармакологія плацебо”*, Журнал клінічних досліджень 29 (1950), стор.100–109.
6. Дж. П. Пінель, біопсихологія (Бостон: Allyn & Bacon, 1993), стор.591–593.
7. Див. Ахмеда Елькаді, *«Концепції Корану усунення негативних емоцій: ще один аспект цілющих ефектів Корану»*, неопублікований документ, представлений на 5-й міжнародній конференції з наукових знаків Корану та Сунні, Москва, Росія, вересень 1993 р.
8. Аль-Суйїті, Джалал аль-Дін, Аль-Джамі аль-Ягтір фі Ахадіт аль-Башир аль-Натір, vol. 1, (Бейрут: Даль аль-Фікр, 1981), стор.514.
9. Цитується Абу Хурайра та записано аль-Тірміді.
10. Абу-Хамід аль-Газа лі, Аль-Хікма фі Маклукат Алла (Бейрут: Дар Ійя аль-Улум, 1984), стор.83.
11. Цитує Анас в аль-Суйюті, Аль-Джамі, т.2, с. 182.
12. Цитата Луї Пастера.

Серія МІД «Книги у скороченому викладенні» є цінним зібранням ключових публікацій інституту, написаних у стислій формі, щоб дати читачеві уявлення про суть основного змісту оригіналу.

Людство охопила криза, яку мало хто – якщо взагалі хто-небудь – у змозі досягнути, усвідомивши, що не так з нами і зі світом в цілому. Яким чином людство стало настільки «відірваним» від людяності? Чим пояснити таке стрімке поширення депресії, тривоги, страху та самогубств, і чому традиційні західні методи терапії в цьому випадку виявляються безсилими? Наблизитися до відповіді на ці питання дозволить погляд на себе зсередини, пошук власної життєвої мети та відповідний погляд на все людство. Попри всі досягнення сучасної західної психології та ефективність методів терапії, однією з малодосліджених областей залишається «людська душа» та духовність, адже куди простіше розглядати людський мозок лише як «машину», що реагує на зовнішні подразники.

Ця ґрунтовна праця Маліка Бадрі, що присвячена дослідженню людського розуму та його взаємозв'язку з душею, спонукає читача до самопізнання, досягнення власних цілей та духовності через практику споглядання, роздумів та медитації, розуміння справжнього значення та досвіду духовності, а також усвідомлення свого місця серед всього творіння. Незважаючи на те, що основний акцент у цій праці зроблено на поклонінні в ісламі, вона буде також цікавою для широкого кола читачів, які бажають дослідити поняття духовності – чи то в контексті поклоніння, чи просто як частину саморозвитку та внутрішнього зцілення.

Д-р Джеремі Генцель-Томас, науковий співробітник (і колишній запрошений співробітник) Центру ісламських досліджень Кембриджського університету

«Важко переоцінити внесок Маліка Бадрі у розкриття глибини і широти ісламської споглядальної практики. Торкаючись теми вищих можливостей практики тафаккур, він вказує шлях до відновлення високодуховного, цілком людського і справді цілісного бачення ісламу, що перш за все здатне надихнути мусульман слідувати за своїм найвищим покликанням і тим самим служити людству».

Професор Абдур-Расджид Скіннер, клінічний психолог, консультант

«"Споглядання" – це книга, що змінює життя. Вона наповнює духовністю те, що прийнято вважати психологією; і не через суху теорію, а торкаючись самого Серця».



Міжнародний Інститут
Ісламської Думки